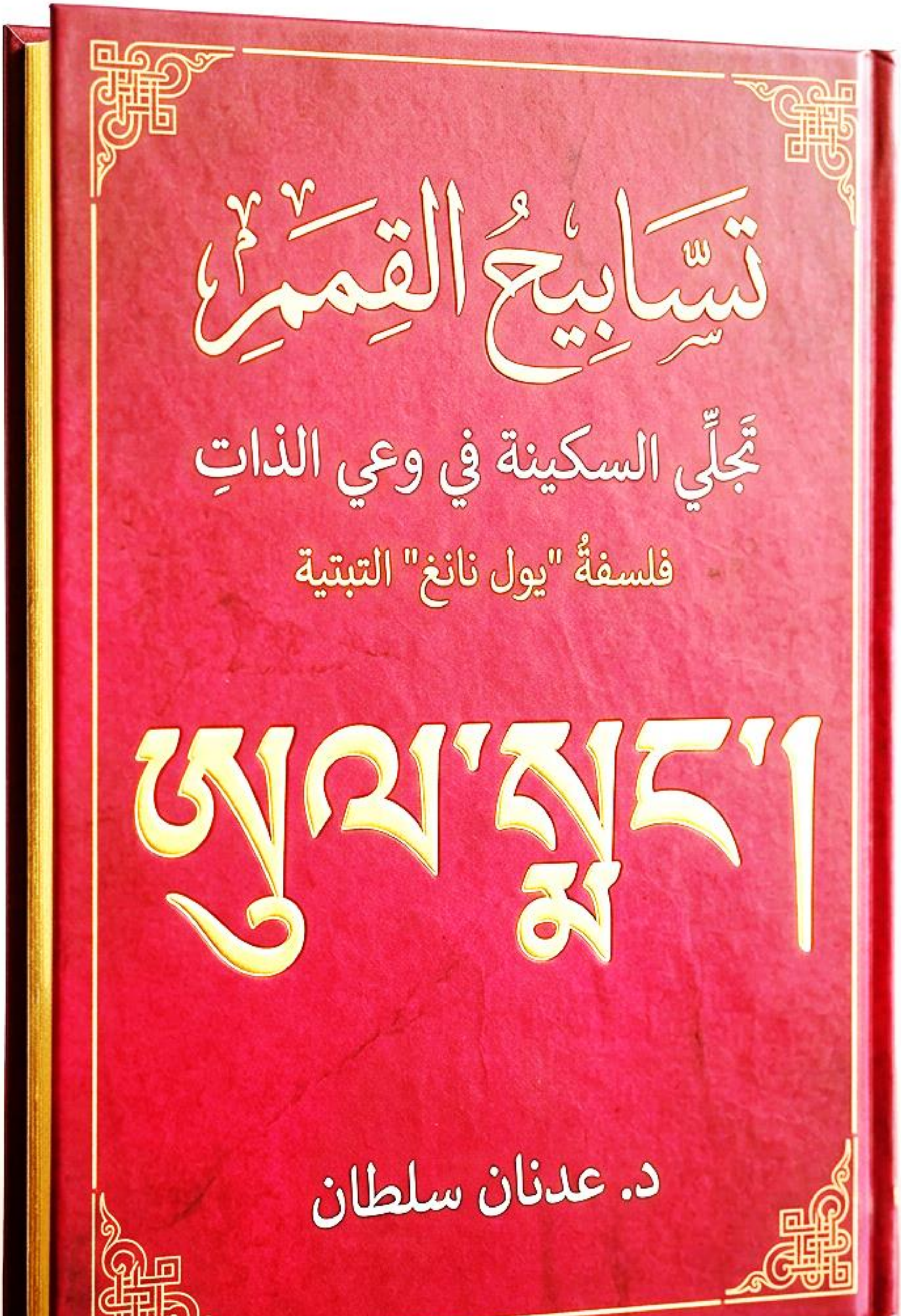

تَسَابِيحُ القِمَرِ
تجلّي السكينة في وعي الذاتِ
فلسفةُ "يول نانغ" التبتية
ཡུལ་སྣང་།
د. عدنان سلطان

اهداء

الى من يملئهم الشغف نحو الخطوة الأولي

للسكينة والسلام الداخلي والتصالح مع نفسه

المقدمة

همسات من سقف العالم من التبت

على أعتاب التبت، حيث تتكئ الغيوم على أكتاف الجبال، هناك في القمم الشاهقة، ليس الهواء وحده مَن يقلّ أكسجينه، بل كل ما هو مادي وزائل يتبخّر، لتبقى الروح وحدها في حضرة السكون.

هذا الصمت ليس فراغاً، بل هو ترتيلة كونية تسمعها في أزيز الريح وبين ذرات الثلج، هو الملاذ الذي لا يطرقه إلا مَن أتعبته ضوضاء الذات، في تلك الخلوة يتحول الجمال من مشهدٍ تراه العين إلى هيامٍ يسكن الوجدان، فتصبح البحيرات المرايا الصافية لخطاياك وطهرك، وتغدو الجبال أوتاداً لسكينتك.

هناك، يمارس المرء التأمل لا كطقسٍ، بل كأنفاسٍ متصلة بملكوت الغيب، إنها رحلة الهروب من كل شيء إلى اللاشيء الذي يحتوي كل المعاني، هناك فقط تدرك أن الهدوء ليس غياب الحركة، بل هو قمة الثبات.

في زحام المادة وضجيج العصر الذي يقتات على أرواحنا، يظل بداخل كل منا جبلٌ صامت ينتظر الصعود الى القمم ويعانق السحاب ويهيم في السكون ويداعب الصمت روحه، في تلك الارتفاعات يفرض الهدوء سلطته، الصمت هناك ليس فارغاً، بل هو صمت ممتلئ بالسكينة، هذا النوع من الصمت يجبر النفس على الارتداد نحو الداخل، فتصبح القمم مرايا تعكس نقاء الروح، إنه الملاذ الأخير لمن يبحث عن الانفصال عن ضجيج الحداثة والاتصال بجوهر الوجود.

جمال التبت جمالٌ قاسٍ ونقي، جبال مغطاة بالثلوج الأبدية، وبحيرات فيروزية تعكس زرقة السماء بصدق مذهل، هذا المشهد يورث الرائي حالة من الهيام، وهو نوع من الوجد الصوفي الذي يجعل الإنسان يشعر بضآلته أمام عظمة الطبيعة، وفي نفس الوقت بعظمته لكونه جزءاً من هذا الكون البديع.

القمم في التبت ليست مجرد تضاريس، بل هي رموز التأمل، فكلما ارتفع الإنسان في المكان، شعر بخفة روحه. هناك، يصبح التأمل فعلاً تلقائياً، فالهواء البارد والنقي يطهر الصدر، والمساحات الممتدة تمنح العقل أفقاً غير محدود للتفكير بعيداً عن القيود اليومية.

تعتبر هذه البقعة من العالم الملاذ الروحي، حيث يلجأ إليها الباحثون عن الحقيقة أو الراغبون في استعادة توازنهم المفقود، إنها رحلة من الصخب إلى السكينة، ومن التشتت إلى الوحدة والتركيز.

تخيّل أنك تقف عند حافة بحيرة نامتسو، حيث الماء مرآة للسماء، والجبال تحرسها كناسك من ثلج، هناك يغدو الهدوء ملموساً كنسيمٍ بارد يداعب وجهك، ويتحول التأمل إلى ذوبانٍ كامل في زرقة الأفق.

في تلك اللحظة، يسقط عن كاهلك ثقل العالم، وتشعر بالهيام ليس تجاه شخص أو شيء، بل تجاه الوجود نفسه، إنه الملاذ الذي تولد فيه الروح من جديد، بعيداً عن صخب الزمان، وفي قلب صمتٍ يتحدث بكل لغات النور.

سوف نرحل في دروب هذه الصفحات إلى سقف العالم، لا لنستورد ثقافة، بل لنستعيد فطرتنا التي ضاعت في وديان التكلف.

هذا الكتاب ليس للمصطلحات التيبتية، بل هو مسار روحي وجداني كُتبته بمداد الشغف ليكون جِسراً بين ضيق الأنا ورحابة الوجود.

إن المسارات الخمسين التي يضمها هذا العمل هي تسابيح بشريه نديمها الروح والقلب والتأمل وجوهرها الصمت، صيغت بأسلوب يمزج بين هيبة الفلسفة وحرارة التحفيز، لتقول لك في كل صفحة أنت أكثر من مجرد جسد، وأعمق من مجرد فكرة.

لقد قسمنا هذه الرحلة إلى خمسة مرافئ وجدانية وتبدأ بالصعود وتمر برنين الصمت وعذوبة التخلي، لتستقر في بوصلة الرحمة وتنتهي بذوبان النور نحو اللا مكان.

عزيزي القارئ، قبل أن تبدأ، اخلع عن روحك أثواب الأحكام المسبقة، وتنفّس بعمق، فكل مصطلح هنا هو مفتاح" لبابٍ موصد بداخلِك، انا لا أدعوك لتقرأ، بل أدعوك لتكون.

فمرحباً بك في رحلة الاستيقاظ الكبرى

عدنان